|  |
| --- |
|  **PONIEDZIAŁEK 10.02.2025** |
|  |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb razowy ze słonecznikiem (**pszenica, żyto, słonecznik** ), chleb gburszczi (**pszenica, mleko, żyto** ) ok 50g, masło(**mleko**) ok 10g, szynka sołtysa ok10g, twarożek waniliowy (twaróg półtłusty śmietankowy(**mleko)**,**mleko,** cukier wanilinowy), rukola, papryka żółta, napar owocowy z cukrem trzcinowym (susz owocowy z maliną, woda, cukier trzcinowy ) ok 150mlOwoce  |
|  |  Zupa paprykowa z ziemniakami ok 250g(włoszczyzna **(seler** ), cebula, ziemniaki , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny, papryka czerwona, czosnek, śmietanka 12% (**mleko**))Makaron Shreka ok 230g(makaron penne(**pszenica**), czosnek, szpinak, ser żółty (**mleko**), masło(**mleko**) ,sól ,pieprz czarny, jogurt naturalny(**mleko**) )Woda z cytryną ok 150ml  |
| **Podwieczorek** | Pudding z kaszki manny z musem jagodowym(kaszka manna(**pszenica**), **mleko** 2 %, cukier trzcinowy, jagody leśne mrożone)  |
|  **WTOREK 11.02.2025** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Płatki owsiane mleku 2% (**mleko, żyto** ) z miodem , bułka grahamka (**pszenica**) ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g, dżem truskawkowy 100% owoców, herbata czarna z cytryną i cukrem trzcinowym ok 150ml, suszone jabłuszkaOwoce  |
| **Obiad** | Zupa krupnik ok 250g ( włoszczyzna (**seler** ), ćwiartka z kurczaka, sól , liść laurowy, ziele angielskie, kasza jęczmienna (**jęczmień**), zielona pietruszka) Pieczone podudzie z kurczaka ok 80g (podudzie z kurczaka, sól, cebula, pieprz czarny, pieprz ziołowy, papryka słodka, majeranek, olej**)**Ziemniaki ok 150 gMarchewka z groszkiem na śmietance (śmietanka 12%(**mleko**))Woda z **pomarańczą** 150 ml  |
| **Podwieczorek** | **Jabłuszko** pieczone z miodem, sos jogurtowy ( jogurt naturalny (**mleko**), cukier), chrupki kukurydziane |
|  **ŚRODA 12.02.2025** |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb pszenny z dodatkiem ziaren(**pszenica, owies, jęczmień, żyto, mleko**), chleb graham(**pszenica, żyto**) ok50g, masło ok 10,rukola, szynka dębowa ok 10g, rzodkiewka, twarożek z ziołami (twaróg śmietankowy półtłusty (**mleko**), sól, zioła prowansalskie), herbata zielona z żurawiną i cukrem trzcinowym ok 150 ml |
|  **Obiad** | Zupa neapolitańska z zieloną pietruszką 250g ( włoszczyzna (**seler**),ćwiartka z kurczaka, makaron nitki (**pszenica**) , sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, vegeta natural, zielona pietruszka , cebula**, seler naciowy**)Rolada ze szpinakiem ok 80g (filet z indyka , sól, pieprz czarny,  **jaja**, otręby owsiane(**owies**), cebula, ser żółty(**mleko**), czosnek, szpinak)Ziemniaczki opiekane z ziołami ok150 g (ziemniaki, sól, papryka słodka, zioła prowansalskie , pieprz ziołowy, olej)Sos jogurtowy (jogurt naturalny(**mleko**), sól, pieprz)Surówka z kapusty pekińskiej**,** marchewki i **jabłuszka** w sosie winegretWoda z cytryną ok 150 ml   |
| **Podwieczorek** | Deser ryżowy na mleku z musem wieloowocowym(ryż biały, **mleko 2%,** cukier, śliwki, wiśnie, truskawki, czerwone i czarne porzeczki, agrest, aronia**)** |
|  **CZWARTEK 13.02.2025**  |
| **Śniadanie****II śniadanie** | Chleb jogurtowy(**pszenica, mleko, żyto, jęczmień**), chleb z orkiszem(**orkisz, pszenica, słonecznik, żyto**)ok 50g, masło(**mleko**)ok 10g,pasta z kiełbaski wieprzowej z z czarnuszką(kiełbaska wieprzowa, czarnuszka, serek kanapkowy naturalny(**mleko**),), serek twarogowy naturalny (**mleko**), ogórek kiszony, sałata lodowa, herbata czarna z cytryną i miodem 150ml Owoce |
| **Obiad** | Zupa z czerwoną fasolą ok 250g (włoszczyzna(**seler**), cebula, **seler naciowy** ,ćwiartka z kurczaka, sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz czarny, czerwona fasola, ziemniaki, papryka wędzona, majeranek)Domowe tacos z mięsem mielonym i warzywami 1 szt (mąka pszenna (**pszeni**ca), mąka kukurydziana, masło(**mleko**), **mleko 2%,** sól, mięso z szynki wieprzowej, cebula, czosnek, marchewka pieprz czarny, papryka słodka, passata pomidorowa, olej)Ogórkowo-paprykowe słupeczki (ogórek świeży, papryka czerwona świeża) Woda z **pomarańczą** 150ml  |
| **Podwieczorek** | Budyń czekoladowy (budyń czekoladowy w proszku (**kakao**) , **mleko 2%**), talerzyk witaminek- owoce |
|  **PIĄTEK 14.02.2025** |
| **Śniadanie** **II śniadanie** | Chleb kaszubski( **pszenica, żyto**), chleb żytni z posypką wieloziarnistą (**żyto, pszenica, słonecznik, jęczmień, sezam, proso, sezam**) ok 50g, masło ok 10g(**mleko**), sermozzarella(**mleko**), pasta z makreli wędzonej(makrela wędzona(**ryba**), serek kanapkowy naturalny(**mleko**), **jaja** gotowane, szczypiorek), ogórek świeży, kawa Inka z cukrem trzcinowym150 ml (**jęczmień, żyto , mleko**) Owoce  |
| **Obiad** | Zupa krem kukurydziany z popcornem ok 250g(włoszczyzna (**seler**), cebula , sól, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, por, **seler naciowy**, masło(**mleko**), ziemniaki, kukurydza mrożona, ziarno kukurydzy )Salsa rybna 80g(filet z morszczuka (**ryba**) **jaja,** pieprz cytrynowy, sól, pieprz czarny, mąka pszenna(**pszenica**), marchew, seler, pietruszka, cebula, papryka czerwona świeża, żurawina, olej)Marchewkowe wstążkiRyż jaśminowy ok 150g Woda z cytryną 150ml |
| **Podwieczorek** | Domowe nachosy (mąka pszenna (**pszenica**),mąka kukurydziana, woda, sól, papryka słodka), pasta z pieczonej papryki (papryka czerwona świeża, seler, cebula, czosnek, serek kanapkowy naturalny(**mleko**)) napar owocowy z cukrem trzcinowym ok 150 ml(susz owocowy z hibiscusem, woda, cukier trzcinowy)  |

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych.

**Wytłuszczone składniki –** substancje i produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji.

Pełen skład towarów użytych do przygotowania potraw znajduje się u intendentki.